Părintele CLEOPA

URCUȘ SPRE ÎNVIERE



Despre rugăciune și treptele ei

10

Părintele CLEOPA

DESPRE RUGĂCIUNE
şi
TREPTELE EI



TRINITAS
IAŞI, 2003

Textul broșurii reproduce articolul cu același titlu, semnat de Părintele Cleopa, apărut în revista „Teologie și Viață" nr. 7-12/1997.
Editura Trinitas, Iași, 2003

Virtutea de obște, cea mai generală, e rugăciunea. Vorbind însă despre aceasta, să nu gândim că toată rugăciunea e rugăciune, sau că toată rugăciunea e de un singur fel.

Rugăciunea are șapte trepte, trei sunt generale, iar patru integrale, după cum arată Sfinții Părinți și mai ales Sfântul Simeon Noul Teolog.

Rugăciunea buzelor și a limbii

Ce este cuvântul acesta pe care-l auziți de la Apostol: „aduceți Domnului roadele buzelor voastre"? Sau când auziți pe proorocul care zice: „L-am înălțat pe El cu limba mea", sau „Doamne, auzi rugăciunea mea și strigarea mea la Tine să ajungă", sau „cu glasul meu către Domnul am strigat, cu glasul meu către Domnul m-am rugat"? Sau auzi în

Psalmul 33: „Bine voi cuvânta pe Domnul în toată vremea, pururea lauda Lui în gura mea"? Când auzi aceste temelii scripturistice ale rugăciunii să știi că ele se referă la rugăciunea buzelor și a limbii, a gurii și a glasului. Dar Sfântul Grigorie de Nyssa zice: „Să nu rămâi la rugăciunea glasului și a limbii, că aceasta e granița cea mai depărtată a rugăciunii!" – adică vederea cea mai de departe a înălțimilor duhovnicești.

Acesta e cuiul cel mai de jos în scara rugăciunii, a te ruga cu gura și cu limba, iar mintea să umble pe dealuri. Dacă rămâi la aceasta, ai rămas în învățarea rugăciunii începător toată viața, ca un prunc. Deci aceasta se cheamă rugăciunea buzelor și limbii, a gurii și a glasului. Și atunci să nu creadă cineva în cantitatea rugăciunii... Să socotească adică în sine că multe catisme din Psaltire a citit sau acatiste ori paraclise a făcut! Rugăciunea de cantitate îl hrănește pe fariseul cel dinlăuntrul nostru, ca să zicem: „Daa! multă rugăciune am făcut!".

Să vă spun eu, din practica mea, măcar că sunt cel mai de jos cu practica decât toată lumea: uneori ține pravila ore în șir și eu nu m-am rugat o secundă. Eu cunosc că nu m-am rugat. N-am cu ce mă lăuda, decât cu neputința mea, cu păcatele mele. Cel care simte rugăciunea își dă seama dacă s-a rugat sau nu. Nu trebuie să rămânem la rugăciunea limbii, dar toată rugăciunea de aici începe. Întâi cu limba, cu gura, cu glasul...

Nimeni nu poate decât începând cu treptele acestea. Când vrei să urci pe o scară nu pui pasul pe cuiul al doilea sau al treilea, îl pui pe cel de jos.

Toți începem rugăciunea de la manuale de rugăciune, de la cărți de rugăciune, de la PSALTIRE și CEASLOV. De aici începem toți. Dacă ești nou începător, sârguiește-te să împlinești rugăciunea gurii. Nu trebuie însă să rămânem aici. În virtute, pe treptele cele duhovnicești, trebuie să sporești cu rugăciunea. Și nu poți spori la treptele duhovniciei, dacă n-ai sporit în rugăciune.

Trei sunt treptele urcușului duhovnicesc: făptuirea morală; contemplația naturală în duh; îndumnezeirea după dar.

În măsura în care sporești rugăciunea, poți să sporești și în treptele urcușului duhovnicesc.

Rugăciunea minții

A doua stare a rugăciunii este cea a minții. Rugăciunea minții o numesc Părinții omul cu un picior sau pasărea cu o aripă. Dacă credem că rugăciunea minții e o rugăciune desăvârșită, ne înșelăm foarte mult. E jumătate de rugăciune. Când eu zic: „Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă pe mine păcătosul (sau păcătoasa)" – o zic cu limba și o înțeleg cu mintea – deja am trecut în faza a doua, rugăciunea minții. Dar nici aceasta nu-i rugăciune întreagă. Poate pasărea să zboare cu o singură aripă sau omul să meargă cu un singur picior? E jumătate de rugăciune.

De ce? Pentru că nu participă la dânsa inima. Ai văzut corespondența dintre Teofan Zăvorâtul și Agapie cel orb? Citeam prin pădure. Mai sporit era Agapie ieroschimonahul, starețul de la Valaam, decât episcopul care stătea de 43 de ani în peșteră. Mai înalt era! Auzi cum îl întreabă episcopul: „Părinte, de când ai orbit, nu-ți pare rău?" Starețul (care orbise la bătrânețe) îi răspunde: „Nu-mi pare rău deloc. Că ochii aceștia mult au supărat pe Dumnezeu. Multe deșertăciuni am văzut cu dânșii. Dar îi mulțumesc înduratului Dumnezeu, că de când au orbit ochii aceștia s-au deschis ceilalți ochi", iar aceasta n-a fost decât prin rugăciune.

Și atunci, întreabă Sfântul Teofan pe Sfântul Agapie: „Părinte sfinte, ce faci cu imaginațiile sfinte în vremea rugăciunii, când n-ai voie să-ți închipui nimic?".

Imaginațiile sunt de trei feluri: bune, rele și mijlocii. Cele bune sunt sfinte. Îți închipui cum plângea Maica Domnului lângă Crucea Mântuitorului, răstignirea Mântuitorului sau

Schimbarea la Faţă. Ai voie. Imaginaţiile sfinte sunt afară de inimă.

Dar mintea lui Hristos n-a avut imaginaţie. Şi dacă rămâi la imaginaţiile astea, cum te închini la icoane, înseamnă că rămâi la închipuire! Şi Dumnezeu nu cade sub imaginaţia nici unei minţi; nici heruvimii, nici serafimii. Tu trebuie să te topeşti în dragostea lui Dumnezeu din inimă, să părăseşti orice imaginaţie. Auzi ce spune Sfântul Nil ascetul în Filocalie: „fericită e mintea care a ajuns să se roage fără imaginaţie lui Dumnezeu". Pentru că mintea, când trece să se unească cu inima, întâlneşte două vămi.

Care sunt? Ne spune Sfântul Teofan: „Nu rămâne la rugăciunea minţii, că acolo-i iarmaroc mare". Aşa-i spunea Sfântul Agapie Sfântului Teofan. „N-ai pace cu rugăciunea minţii". Câtă vreme te rogi cu rugăciunea minţii eşti într-un iarmaroc, auzi mereu un zumzăit ca de viespi care-ţi cântă. Acum la Dumnezeu, acum la materie, în toate părţile. Dă-te jos în inimă!

Coborârea minţii în inimă

Sfântul Simeon Noul Filosof (Teolog) spune: „în nimic nu poţi ascunde mintea, în nici o zidire, nici în cer, nici pe pământ; numai în inimă o poţi ascunde". Acolo e cămara lăsată de Mântuitorul. Ascultaţi ce spune Evanghelia: „când te rogi, intră în cămara ta şi, închizând uşa, roagă-te Tatălui tău, Care este în ascuns, şi Tatăl tău, Care vede în ascuns, îţi va răsplăti ţie" (Matei 6, 6). Acolo trebuie ascunsă mintea, căci cămara minţii e inima.

Iar Sfântul Ioan Scărarul spune: „ia seama, când intri în cămara inimii cu mintea trei uşi ai de încuiat şi două vămi ai până la dânsa". Vămile sunt: prima a imaginaţiei, a doua a raţiunii.

Stai într-o poziţie. Nu caută Dumnezeu la poziţie. Poţi să stai culcat. Sfântul Grigorie Sinaitul zice: dacă eşti bolnav, roagă-te stând pe scaun, sau culcat, cum poţi sta, că Dumnezeu ştie neputinţa trupului. El caută

poziția inimii și a minții, nu că stau așa sau așa. Când poți, e păcat să stai în altă poziție decât în genunchi; atunci stai drept la rugăciune, dar când ești bătrân sau bolnav poți sta și altfel, pentru că Dumnezeu primește rugăciunea din inimă, nu din felul cum stăm noi la rugăciune.

Vama imaginației

Ș-atunci zici: stau la rugăciune și vreau să concentrez atenția spre inimă. Prima vamă, prima „stație" unde dracii întâmpină mintea este imaginația, închipuirea, sau fantezia, cum se mai zice. Ori ți-ai închipuit un lucru bun, ori mijlociu, ori rău, toată imaginația n-are ce căuta în vremea rugăciunii.

Legea cea mai scurtă a rugăciunii aceasta este: „să nu-ți închipui nimic în vremea rugăciunii, pentru că mintea lui Hristos n-a avut imaginație". Când vine Hristos, noul Adam, să-l restaureze pe cel vechi, vine exact cum a fost Adam înainte de cădere. Adam n-a avut imaginație înainte de cădere. Sau cum spune dumnezeiescul Maxim Mărturisitorul: „Ia seama, când Adam a căzut în imaginație, a căzut și în închipuire, tocmai cu dumnezeirea". I-a zis satana: „Ce-a spus Dumnezeu: «Să nu mănânci de acolo!». Nu-i adevărat. N-asculta de Dumnezeu, ascultă de mine. Când ai să mănânci de acolo, se vor deschide ochii tăi și vei cunoaște, vei fi ca Dumnezeu, vei cunoaște binele și răul" (cf. Facerea 3, 1-5). Iar când omul și-a zis: „Ei, oare de aceea m-a oprit?", atunci și-a închipuit c-o să fie Dumnezeu. Și gata! A mâncat și-a căzut neamul omenesc. Prin ce? Prin imaginație.

Cine sunt însă cei care au pus început imaginației? Diavolii! Arată Sfântul Grigorie de Nyssa, tâlcuind cuvintele profetului Isaia: „Tu care ziceai în cugetul tău: «Ridica-mă-voi în ceruri și mai presus de stelele Dumnezeului celui puternic voi așeza jilțul meu! În muntele cel sfânt voi pune sălașul meu, în fundurile laturei celei de miazănoapte. Sui-mă-voi deasupra norilor și asemenea cu Cel Preaînalt

voi fi»" (Isaia 14, 13-14). A fost gândul lui Lucifer.

Imaginația... „Și cum ai căzut tu din ceruri, stea strălucitoare, fecior al dimineții!" (Isaia 14, 12), cum te-ai făcut locaș a toată urâciunea, a tot duhul necurat, cel ce sălășluiești în tot locul necurat.

Iată prin ce a căzut diavolul. Apoi și-a zis: „A făcut pe om în locul meu?". Și atunci tot prin aceasta l-a dărâmat pe acest „înger amestecat", închinător lui Dumnezeu, omul cel din două firi – după cum spune Sfântul Ioan Damaschin.

Centrul tuturor zidirilor, omul, era dumnezeu după har. Și a vrut să se suie prin imaginație. Când și-a închipuit dumnezeirea, gata, a căzut. Asta a fost patima care a intrat în sufletul lui Adam. Și atunci nu cu imaginația vine noul Adam, Hristos. Dumnezeu fiind din fire, El nu avea – ca om – imaginație, era ca pruncii cei nevinovați. Imaginația a intrat în firea omenească prin închipuirea de a fi întocmai cu Dumnezeirea; dar de îndată ce și-a

închipuit, omul a și căzut. Noul Adam vrea să-l restaureze pe om exact în firea de la început a lui Adam celui vechi, așa cum a fost făcut de mâna lui Dumnezeu.

S-o luăm mai practic: stai la rugăciune; îți aduci aminte de ceva. Ba îți aduci aminte fața aceluia care te-a supărat, ba te sfădești cu ea, ba fața aceea pe care ai privit-o cu patimă, ba gânduri de slavă deșartă te supără, sau că vrei să te uiți la film, sau că ai de cumpărat, sau că ai să faci cutare lucru... Aceea e rugăciune? Dracii râd cu gura până la urechi de rugăciunea aceea. Că noi stăm la rugăciune ca niște chipuri cioplite de creștini. Și în noi nu e rugăciune, e împrăștiere; și e atât de multă că dracii râd. Când ne rugăm așa, niciodată mintea noastră nu e în inimă.

Locul unde se ascunde mintea e deci inima; acolo îl ai pe Hristos de la Botez. Acolo se întâlnește Mirele cu mireasa, sufletul nostru cu Hristos. Ce spune Apostolul? „V-am logodit unui singur bărbat, ca să vă înfățișez lui Hristos fecioară neprihănită. Dar

mă tem ca nu cumva, precum şarpele a amăgit pe Eva în viclenia lui, tot aşa să se abată şi gândurile voastre de la curăţia şi nevinovăţia cea în Hristos" (II Corinteni 11, 2-3). Deci, în cuvintele „intră în cămara ta", cămara minţii e inima, iar aceasta după toţi Sfinţii Părinţi.

Dar dracii ştiu că dacă a ajuns mintea să se pogoare în inimă aceasta îi arde.

De aceea, în vremea rugăciunii, imaginaţia îţi dă război. Nu vedeţi ce păţim? Să nu crezi însă că lepădarea de imaginaţie durează săptămâni sau ceasuri! Nu! Într-o clipă ţi-ai pus în gând, şi nu-ţi mai închipui nimic, domnule!

Ai văzut stareţul Vasile de la Poiana Mărului, cât de frumos spune căderea celui ce n-a ajuns să coboare mintea în inimă? La fel şi Cuviosul Paisie de la Neamţ.

Să ai în minte prezenţa lui Dumnezeu, că e de faţă, în inimă setea după El, şi pe limbă „Doamne Iisuse". Dar să nu-ţi închipui nimic. Dumnezeu nu cade sub puterea închipuirii; dacă ar cădea sub închipuire n-ar mai fi

Dumnezeu. Nu poate imagina vreo minte pe Dumnezeu.

Deci vama întâi este imaginaţia şi ea se trece aşa: nu-ţi închipui nimic; asta-i legea cea mai scurtă. Nici bune, nici rele, nimic. Dracii, văzând că mintea a trecut ca fulgerul prin asta, că nu-ţi închipui nimic, o aşteaptă la poarta inimii, după cum arată Calist Ignatie Xantopoulos. La poarta inimii dracii aşteaptă mintea cu vama raţiunii.

Vama raţiunii

Asta e mai greu de trecut. Vama raţiunii se află exact în poarta inimii. Iar noi, ca să putem trece de ea, n-avem voie să ne pogorâm cu raţiunea, ci numai cu gândul la Iisus. Şi atunci dracii teologi – cum îi numeşte Sfântul Macarie – dracii arhiconi, care ştiu Scripturile, teologii iadului şi filosofii întunericului, opresc mintea cu raţiuni dumnezeieşti.

De pildă eu stau la rugăciune, în genunchi sau în picioare, sau sunt obosit şi atunci stau

pe scaun. Arată Sfinții Părinți: poți folosi un scaun mic, o palmă de înalt, două palme de lung și una de lat. Stai în poziția șezătorului. Stau la rugăciune și deodată văd că apar în mintea mea aceste cuvinte: „Ridicat-ai la mare caii tăi, tulburând ape multe" - Cântarea a doua a lui Moise.

Cum a apărut? îți pui întrebări: Cine sunt caii? Ce sunt apele multe și care este marea? Aici tâlcuiește marele Vasile. Caii sunt Apostolii, care au tulburat lumea cu predicarea Evangheliei, cu dărâmarea capiștilor, apele cele multe sunt popoarele, marea e toată lumea.

E o rațiune tâlcuită foarte frumos. Și dacă vede că-ți place, îți aduce altă rațiune, cum ar fi aceasta: „lipsit-a de la mâncare oile, că nu vor fi boii lângă iesle". Cine sunt boii? Care-s oile, cine-i ieslea?

La Sfântul Maxim, întrebarea 89: boii raționali sunt mai mari ca oile, sunt Biserica povățuitoare: mitropoliții, dascălii, preoții; oile cuvântătoare sunt poporul de jos, Biserica ascultătoare. De câte ori n-a numit Dumnezeu

pe poporul Său: „oile mele, ascultați glasul Meu"? Oile cuvântătoare sunt poporul de jos. Biserica povățuitoare sunt boii raționali, cuvântători. Ieslea care-i? E Biserica. Că din Biserică se hrănește Biserica povățuitoare, din Preacuratele Taine, din învățăturile, din dogmele Bisericii, cu cântările, cu făgăduințele și amenințările, cu tot ce are Biserica, iar din Biserică se hrănesc și oile cele cuvântătoare, tot poporul. Iată, ieslea e Biserica, boii - Biserica rațională sau povățuitoare, iar oile - Biserica ascultătoare sau cea supusă.

Auzi ce zice Duhul Sfânt! „lipsit-a de la mâncare oile". Dar pentru ce? „Că nu vor fi boii lângă iesle." Cum adică? Atunci n-o să aibă ce mânca oile în Biserică, când n-o să fie povățuitori lângă Biserică - adică lângă iesle. Când n-or predica preoții și arhiereii, iar poporul e flămând. El caută hrană acolo, la iesle. Nu-i dai mâncare, se duce flămând. Sau o să lipsească oile de la iesle pentru că nu vor fi povățuitori lângă ele, adică învățători în Biserică. Vezi că și aceasta e minunată?

Altă rațiune: „Munții au săltat ca berbecii și dealurile ca mieii oilor" (Psalmul 113, 4). Se pot aduce și altele...

Sfântul Grigorie Palama spune: unde sunt oameni desăvârșiți în rugăciune și în lucrările Duhului Sfânt, ei au săltarea în inimile lor. Înțelegi? Extazul și uimirea și oftările lor, acestea sunt săltările. Că uneori pot să se despartă de trup, cum zice Apostolul: „voim mai bine să plecăm din trup și să petrecem la Domnul" (II Corinteni 5, 8). Aceștia, care au săltările inimii și suspinurile către Dumnezeu, înalță rugăciunea tare.

Aceștia sunt cei mai desăvârșiți oameni, iar temeliile lor sunt munții cei sfinți. În altă parte, Sfântul Ioan Gură de Aur spune că „munții cei sfinți" sunt oamenii cei desăvârșiți, care poartă sfințenia lui Dumnezeu în ei, și „dealurile ca mieii oilor" sunt cei de pe treapta a doua în urcușul duhovnicesc: ei nu au atâta putere ca acei desăvârșiți, ci se înalță cât le dă Dumnezeu. Săltarea lor către Dumnezeu e mai mică; dealurile, fiind adică

mai jos, saltă ca mieii, iar munții au săltări ca ale berbecilor. Iată, așa tâlcuiesc Sfinții Părinți.

Și stai și te gândești! Dacă vede că-ți place rațiunea, îți aduce alta, bunăoară din Psaltire: „și văile vor înmulți grâul; vor striga și vor cânta." (Psalmul 64, 14). Dacă ne-am lua numai după literă, ar însemna să înțelegem că grâul care se seamănă în văi se face mult. Să vedem însă ce spun Sfinții Părinți. Sfântul Efrem Sirul arată că dacă sufletul se pogoară în văile smereniei, atunci se înmulțește grâul faptelor bune. Că nu rodești în sufletul tău până nu ajungi la smerenie. Vezi! Așa tâlcuiesc Sfinții Părinți.

Iar noi stăm la rugăciune cu aceste rațiuni în minte, și dracii râd cu gura până la urechi. De ce? Pentru că acestea nu intră în rugăciunea minții sau a inimii, nici în lucrările ei. Acestea sunt bune, fiindcă sunt rațiuni duhovnicești, dar nu în vremea rugăciunii.

Aceste cugetări și rațiuni dumnezeiești sunt bune ca lucrări ale minții. Dar când ar fi să te rogi și să vorbești cu Iisus, dracii – teologi, arhiconi – te leagă cu aceste rațiuni.

Dar Sfântul Ioan Gură de Aur spune că atunci când te rogi, să nu te rogi rațional; când te rogi nu teologhisi, că ești batjocorit de draci. De ce să filosofezi, dacă stai înaintea Minții celei dintâi? Pentru cine filosofez eu dacă stau înaintea Minții celei negrăite, Care e izvorul tuturor minților raționale din cer și pe pământ.

Trebuie să bag mintea în inimă. Și la această vamă a rațiunii, care-i la poarta inimii, trebuie să nu primim în minte nici o rațiune duhovnicească din Scripturi. Nici tâlcuirile lor, ca cele pe care le-am arătat mai înainte. Să ne pogorâm în inimă c-o singură rațiune: „Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă pe mine păcătosul!". C-o singură rațiune, ca să poți să treci și să ajungi în inimă.

Unirea minţii cu inima

Poate însă întreba cineva: „Dar e vreun semn sfințit că s-a unit mintea cu inima?"

Este! Arată Sfântul Partenie, Sfântul Serafim de Sarov... Când s-a unit mintea cu inima, sau, mai bine zis, când s-a pogorât mintea în inimă, primul semn e acesta: apare un cui de foc în mijlocul inimii. Iar cuiul ăsta de foc, și la bărbați și la femei, apare drept în centrul inimii. Pentru că partea rațională a sufletului e deasupra inimii.

Acesta e primul semn că s-a pogorât mintea în inimă. Pe urmă se încălzește inima, apoi se încălzesc umerii, coloana vertebrală, începe a se încălzi tot corpul omului cu mare putere.

M-am întâlnit oarecând, undeva prin păduri – ca să dăm o pildă despre cele spuse mai sus – c-un oarecare om sărac, care se chinuia cu foametea, cu frigul și cu singurătatea în pădure. Și el mi-a spus mie ceea ce i s-a întâmplat.

Săracul acesta avea o Biblie; și a plecat de la bordeiul lui din pădure, ducându-se în sat s-o ieie.

S-a nimerit într-o duminică. Ajuns în sat, la rugat omul l-a care era cartea: „stai părinte

până mâine dimineață", că el avea bordeiul la vreo 20 de kilometri mai sus de-acolo.

Și – spunea el – stând acolo, ca duminica să n-o pierd pe drumuri, mi-am făcut pravila 4-5 ore dimineața. Oamenii tocmai plecau la biserică.

După Sfânta Liturghie s-a întâmplat că s-au cununat la biserică niște tineri. Ai văzut cum e la țară. Până la cununie îi duce Hristos, apoi îi ia Dracul în primire, cu lăutari. Și nunta era cu clarinete și instrumente cu coarde care cântă frumos. Dar s-a întâmplat că treceau pe aproape de casa unde călugărul, stând la rugăciune, avea în față o icoană a Maicii Domnului; aceea de Iosif Gheorghiu, cu cei 24 de prooroci cu engolpioane, cu îngeri care stau în genunchi, având brațele pline de florile pe care le dăruiesc Mântuitorului.

Și el, săracul călugăr, se silea la rugăciune și mereu se gândea; a auzit însă muzica ce cânta. Sfântul Ioan Scărarul zice aici foarte bine: cântările mirenești, pe cei ce au sporit în calea duhovnicească, îi pot ridica în cele mai

înalte și dumnezeiești contemplații. Și ce s-a întâmplat? Când a auzit el muzica, deodată s-a gândit: dacă oamenii știu să cânte așa frumos, dar aceștia care dăruiesc flori Mântuitorului? Îngerii fără de trup. Cum cântă aceștia în ceruri? Din această gândire s-a pogorât mintea în inimă. Două ore a stat cu mintea în inimă. Și auzi din ceruri îngerii și cântările. Însă câtă transpirație a fost! Atâta dulceață în inimă și atâta căldură, că n-a avut săracul de el batiste din destul pentru atâtea lacrimi care îi veneau. Și, ca să nu piardă atenția din partea Mântuitorului în inimă, într-una se ștergea, că lacrimile curgeau pârău. Corpul s-a înfierbântat, iar ochii au început să deie în lacrimi. Și a dat inima în clocot! Și clocotea! Și vedea pe Mântuitorul cum vorbea cu sufletul lui! Și atâta mireasmă a Duhului Sfânt era în jur și atâta căldură și dulceață, încât se ruga Domnului ca să moară! Și ar fi vrut să moară atunci. Așa dorește sufletul, în dulceața aceea, să se ducă, să se lepede de trup.

Ce se întâmplă când s-a pogorât mintea în inimă

Ce se întâmplă însă când s-a pogorât mintea în inimă? Inima se deschide des, cum arată Sfinții Părinți, și iar se închide. Inima înghite pe Iisus și Iisus inima. Aici s-a întâlnit Mirele cu mireasa. Sufletul nostru, prin partea cuvântătoare, cu Mirele Hristos, pe care-L avem de la Botez. „Câți în Hristos v-ați botezat" îl aveți.

Sfântul Maxim zice: „mormântul Domnului este sau toată lumea aceasta, sau inima din noi".

Din toată lumea aceasta, din rațiunile lucrurilor, chiar și într-un fir de iarbă, prin contemplația naturală în duh, vedem minunile lui Dumnezeu. Aceasta prin inimă, prin rugăciunea cea gândită. Acesta este mormântul. Iar rațiunile sunt giulgiul în care a fost înfășurat Mântuitorul.

Omului acesta după două ore i-a ieșit mintea din inimă. A rămas așa, c-o mâhnire

dulce. Și dorea mai bine să moară, numai să vină lucrarea de mai înainte. N-a mai venit. Spun Sfinții Părinți că harul nu se duce departe atunci. E aproape, dar pentru smerenie, ca să nu te mândrești, stă deoparte. Ei, mai roagă-te! Cum te rugai înainte? Aceasta numesc Sfinții Părinți părăsire sau răceală. Adică s-a îndepărtat puțin harul, dar se dă ajutor din ascuns. Te lasă să vezi întâi ce poți tu față de rugăciunea harică, în care sufletul vorbește cu Iisus în inimă.

Zicea acel om: „Părinte, cam o lună de zile pe cerurile inimii mele nu s-a mai ridicat ceva din lumea asta. Primeam numai bucuriile acelea, dar nu le mai simțeam ca atunci. Îmi aduceam însă aminte ce bucurie am avut, ce dulceață, ce mângâiere. Și ce căldură dumnezeiască era. Inima clocotea! Și ce clocot!".

Fierbea de dragostea lui Dumnezeu inima acestui om, datorită pogorârii minții în inimă. Dar dulceața aceasta pentru cei ce nu-s desăvârșiți vine numai din când în când. Iar cei ce sunt desăvârșiți o au la toată rugăciunea. Așa

se întâmplă pe treapta a doua a urcușului duhovnicesc. Cei ce s-au îndumnezeit după dar pururea au pe Dumnezeu în minte și în inimă.

Însă mai întâi este pogorârea minții în inimă. Trecând aceste două vămi, se ascunde mintea în inimă și, având lacrimi ca acestea la rugăciune, foarte tare se curăță partea cuvântătoare a sufletului. Spune undeva Apostolul că lacrimile cele izvorâte de la Duhul Sfânt spală ochii întinăciunii, ochii închipuirii, ochii imaginației păcătoase. Rămâne sufletul curat și atunci își dă seama cum de s-au întâmplat toate necazurile lui. Atunci vedem! Ai văzut ce îi răspunde Sfântul Agapie cel orb Sfântului Teofan când îl întreba: „Ce faci părinte sfinte când mintea se împotmolește în cugetări duhovnicești?". Nu rămâne aici! Toate gândurile cele bune ale minții du-le până la sfințirea inimii, ca fiecare cuvânt al minții să-l simtă inima. Atunci sufletul omului devine un cerc, având mișcări ocolitoare, sferice. Zic Sfinții Părinți: pătrunde

ispita în rugăciunea gurii, în a minții încă pătrunde, iar când lucrarea sufletului se face în cerc, nu mai poate intra. Mintea s-a pogorât în inimă, și din inimă înalță rugăciunea către Dumnezeu.

În rugăciune cuvântul e până la sfințirea inimii; atunci ne rugăm în chip sfințit lui Dumnezeu, și începem să avem și lacrimi, și curățire, și uimire. Dar deasupra acestei rugăciuni a inimii Sfinții Părinți arată altele. La această rugăciune curată spune Sfântul Isaac Sirul ajunge unul din zece mii care se silesc. Dar – la treptele mai de sus – e altă rugăciune, numită văzătoare.

Rugăciunea văzătoare

Despre aceasta vorbesc Sfântul Simeon Noul Teolog, Sfântul Teofan și alții. Cum este rugăciunea văzătoare? Se poate vedea la Sfinții Părinți. Stătea Sfântul Antonie în mănăstirea lui și arată că murise Sfântul Amon,

la mii de kilometri depărtare: „A ieșit din trup fratele nostru Amon și sufletul lui vine să se închine nouă". Sfântul Antonie era înainte văzător. Și le spunea: „Deci, pregătiți-vă fraților să vă închinați. Că iată, nu s-a îngrețoșat de noi, păcătoșii. Îngerii îl duc la cer!" Și ei nu-l vedeau. Și le spunea: „Sculați-vă și închinați-vă că trece sufletul Sfântului Amon pe la noi"...

Așa este rugăciunea care se cheamă văzătoare. Mintea văzătoare se curăță prin rugăciunea cea văzătoare, care face mintea să străvadă și să cunoască.

După rugăciunea văzătoare este însă o altă rugăciune, mai înaltă. Se cheamă „de sine mișcătoare".

Rugăciunea de sine mișcătoare

Aceasta nu aduce perioade de descoperiri dumnezeiești, în care să fii numai din când în când. Aceasta în inimă se roagă permanent;

așa cum ai porni un ceas care apoi merge neîncetat, așa este rugăciunea aceasta; sau cum este soarele care nu stă niciodată în loc. Rugăciune de sine mișcătoare pururea îl mișcă pe cel care se roagă. Și când dormi, și când vorbești, și când mănânci, și când călătorești, inima se roagă. Atunci ajungi la ceea ce este scris în Cântarea Cântărilor: „eu dorm și inima mea veghează". Inima se roagă când dormi, când mănânci, când călătorești, inima se roagă permanent. Astfel este inima de sine mișcătoare. După rugăciunea de sine mișcătoare este o altă rugăciune, mai înaltă, în extaz sau în uimire.

Rugăciunea în extaz

Ai văzut ce spune în Pateric Avva Ioan? „Am poruncit minții mele: să te duci în cer și acolo să stai, să nu cobori două săptămâni". Și două săptămâni Avva Ioan sta cu mintea în cer.

Sunt încă unii care se pot ruga în extaz, ca Sfântul Ioan cel Mic, despre care scrie în Filocalie că, fiind cu mintea în cer, îl purtau dracii ca pe o minge...

Din acelaşi ciclu:

- Părintele Cleopa, **Despre frica de Dumnezeu şi despre dreapta socoteală**
- Părintele Cleopa, **Despre cunoaşterea de sine şi despre Spovedanie**
- Părintele Cleopa, **Despre pricinile pentru care Dumnezeu îngăduie să fim ispitiţi şi despre ispitirea din cele 8 părţi a creştinului**
- Părintele Cleopa, **Despre ispitele celor smeriţi şi ale celor mândri, despre conştiinţă, plângere şi lacrimi**
- Părintele Cleopa, **Despre citirea Sfintelor Scripturi şi cheia înţelegerii lor. Despre Prooroci şi proorocii mincinoşi, despre minuni şi false minuni, despre vise şi vedenii**
- Părintele Cleopa, **Despre moarte, despre Judecata de Apoi şi despre iad**
- Părintele Cleopa, **Despre Rai şi despre desăvârşirea omului**
- Părintele Cleopa, **Despre cele 7 pricini şi despre cele 12 trepte ale păcatului**
- Părintele Cleopa, **Douăzeci de pricini pentru care trăiesc oamenii pe pământ**
- Părintele Cleopa, **Rolul femeii în familie, Biserică şi societate**

- Părintele Cleopa, **Despre pomenirea morților și despre folosul celor 40 de liturghii**
- Sf. Ioan Casian, **Tămăduirea sufletului de patima mâniei**
- Sf. Ioan Casian, **Patima iubirii de arginți și vindecarea ei prin milostenie**
- Sf. Ioan Casian, **Virtutea curăției și a castității - biruitoare a patimii desfrânării**
- Sf. Ioan Casian, **Virtutea înfrânării - tămăduitoare a lăcomiei pântecelui**

Redactor: Pr. Mihail Ovidiu Ciobotaru
Tehnoredactor: Rema Zugravu
Corector: Madalena Tenchiu
Design copertă: Lucian Săcrieru
Prepress: Mariana Enache

Bun de tipar: aprilie 2003. Apărut: 2003
Editura TRINITAS, Cuza Vodă 51, 6600, IAȘI
Tel.: (0232)216693; (0232)218324; Fax (0232)216694
http://www.trinitas.ro; E-mail:editura@trinitas.ro
Comanda nr. 76
Tiparul executat la Tipografia TRINITAS
E-mail: tipografia@trinitas.ro

Rugăciunea are șapte trepte, trei sunt generale, iar patru integrale, după cum arată Sfinții Părinți și mai ales Sfântul Simeon Noul Teolog.

Sfântul Grigorie de Nyssa zice: „Să nu rămâi la rugăciunea glasului și a limbii, că aceasta e granița cea mai depărtată a rugăciunii!", cuiul cel mai de jos al scării.

Când eu zic: „Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă pe mine păcătosul (sau păcătoasa)", o zic cu limba și o înțeleg cu mintea, deja am trecut în faza a doua, rugăciunea minții. Legea cea mai scurtă a rugăciunii aceasta este: „să nu-ți închipui nimic în vremea rugăciunii, pentru că mintea lui Hristos n-a avut imaginație".

În rugăciune cuvântul e până la sfințirea inimii; atunci ne rugăm în chip sfințit lui Dumnezeu, și începem să avem și lacrimi, și curățire, și uimire. Dar deasupra acestei rugăciuni a inimii Sfinții Părinți arată altele. La această rugăciune curată spune Sfântul Isaac Sirul ajunge unul din zece mii care se silesc.



TRINITAS